



**À chaque âge
SON SOIN ?**

OUI, ET TANT MIEUX! NOTRE PEAU ÉVOLUE, S'ÉPANOUIT EN MÊME TEMPS QUE NOUS. IL FAUT DONC LUI DONNER CE QU'ELLE RÉCLAME AU BON MOMENT. MODE D'EMPLOI ET SURPRISES DU CHEF! **PAR NATHALIE DESANTI**

Vous pensez que changer de soin au fil des décennies est un artifice marketing? Eh bien, non... Il existe des périodes charnières à ne louper sous aucun prétexte! À ceci près que c'est à vous « d'écouter » votre peau car nous ne sommes pas toutes égales face au vieillissement. Le couperet ne tombe pas pile poil à minuit! Offrez-vous de temps à autre un bilan chez le dermato ou chez l'esthéticienne, c'est le meilleur cadeau que vous puissiez vous faire...

Dormez au moins huit heures par nuit pour reposer vos traits et avoir une peau éclatante!

QUE SE PASSE-T-IL ?

Même si tout semble glisser sur votre peau (petits et gros soucis, nuits blanches, repas sautés, etc.), en réalité, elle accuse le coup en douce. D'accord, vous êtes sortie des soucis de puberté et des petits boutons à répétition. Mais, vers l'âge de 25 ans, votre peau est encore souvent en excédent de sébum. En outre, c'est agaçant, mais vous devez déjà penser « prévention ».

POURQUOI ?

« On constate un ralentissement du renouvellement des cellules cutanées dès l'âge de 20 ans... Les fibres de collagène et d'élastine (ce petit matelas sous la peau) sont de moins bonne qualité. Les premières rides d'expression, provoquées par la contraction

des muscles quand on sourit ou quand on plisse des yeux, apparaissent. Elles sont fines et à peine visibles », (ouf!), « et le teint est lumineux », conclut le docteur Catherine Braeken, dermatologue, expert auprès de Mixa.

MA SOLUTION



Masque oxygénant, Le Wrap Radiance, 33 € les 50 ml, Qiriness.



Soin Regard, anti-fatigue, Cure Solutions, 19,80 € les 15 ml, Yves Rocher.



Crème de nuit redensifiante, Mystérieuses Mille et Une Nuits, 50 € les 30 ml, Garancia.

LE BIO AUSSI!

Crème des Saisons, 17,90 € les 40 ml, Sanoflore.



Ne zappez jamais le nettoyage! Associez un soin de jour hydratant léger, un contour yeux, un soin de nuit. Pour les nuits un peu trop blanches, un masque hydratant chasse illico le manque d'heures de sommeil! « Au fil des années, on choisit des soins plus riches qui renforcent le ciment de la peau (céramides, acides gras essentiels...), et des actifs antiradicalaires (sélénium, vitamines C et E, qui limitent l'oxydation. »

*Tapotez, massez,
pincez votre visage...
en douceur,
vous défroisserez
vos traits!*

QUE SE PASSE-T-IL ?

Vos réveils sont plus difficiles qu'à 25 ans, la peau a besoin de temps pour retrouver son peps. Elle se déshydrate vite, les traces d'oreiller mettent longtemps à disparaître et les fameuses rides d'expression s'incrument. Il est temps de commencer la crème de nuit!

POURQUOI ?

« Les altérations continuent et s'aggravent si vous ne respectez pas les règles de base. La peau devient plus sèche car les glandes sébacées sont moins actives », rappelle le Dr Catherine Braeken, (moins de points noirs, c'est déjà ça!). « Le nombre de fibroblastes (cellules qui fabriquent le collagène) dégringole, et la synthèse de collagène et des molécules capables de retenir

l'eau dans l'épiderme diminue aussi. La peau est moins ferme, moins tonique. Fuyez les UV, le tabac, buvez de l'eau, adoptez une alimentation saine et une routine de soins adaptés! », conclut le Dr Braeken.

RÉVEILLEZ!

35-50 ans

LE BIO AUSSI!

Soin de jour, Rides + Relâchement, Peaux très sèches et fragiles, Biovital, 7,90 € les 50 ml, Mixa.



MA SOLUTION



DECLÉOR

NOUVEAU

ASCOMA CLEANSÉ

pour démaquiller et purifier

le visage et le corps

Youth cleansing milk

with Argan oil and Aloe

50 ml - 20 fl. oz. VASE / FACE



VICHY

LABORATOIRES

IDÉALIA PRO

Correcteur profond taches

Dark spot corrector



NIVEA

pure & natural

SOIN DE NUIT RÉGÉNÉRANT

Soins de nuit régénérant,

Pure & Natural,

6,20 € les 50 ml, Nivea.



La peau se traite à la surface, mais pensez aussi à la nourrir de l'intérieur! Combinez une cosmétique anti-âge pointue avec des compléments alimentaires à base de vitamines, d'oméga 3, d'oméga 6 et d'oligoéléments.

Hydratez le contour
des lèvres
et de la bouche,
hypersensibles
aux signes
du vieillissement!

QUE SE PASSE-T-IL ?

Ça y est, vous avez bel et bien passé la cinquantaine. Les rides arrivent, quant à la fermeté... elle s'en va! L'élasticité et un teint homogène et lumineux? Un vieux souvenir. Mais pas de panique, on va trouver des solutions...

POURQUOI ?

« L'approche de la ménopause et ses changements hormonaux entraînent la peau à perdre encore plus de fermeté et d'élasticité. Elle se relâche et s'amincit », décrit le Dr Braeken. « Toutes les cellules de l'épiderme s'épuisent, laissant les rides prendre le dessus... Le bas du visage s'affaisse comme si la peau était trop grande pour lui! »

CONSOLIDEZ !

50 ans et plus

JOUEZ
ET
GAGNEZ!

40 Crème Absolue Phyt's!

Phyt's fête ses 40 ans et offre à nos lectrices 40 tubes de Crème Absolue de 40 ml. Profitez-en vite!

Valeur unitaire 57,80 €

Code SMS PHYT

Services édités par Cellfish
France 0,50 € + prix d'un SMS, maximum 4 SMS

SMS+

SMS+

SMS+

Pour jouer, envoyez le code SMS PHYT au 72 888* ou appelez le 0892.78.15.64 (0,34 €/min) et laissez-vous guider! Règlement p.162

MA SOLUTION

Sérum Fermeté Vinexpert,
45 € les 30 ml,
Caudalie.



Soin Créateur
d'Éclat, Luminosource,
49,90 € les 40 ml,
Dr Pierre Ricaud.



Crème Tisane de Nuit,
Vinexpert, 36,90 €
les 40 ml, Caudalie.

Soin Yeux
Nouveau
regard,
Laser x 3,
Revitalift,
17,90 €
les 15 ml,
L'Oréal Paris.



« Il vous faut des soins costauds pour aider la peau à lutter contre tous les assaillants venus de l'intérieur comme de l'extérieur. » Vous ne songez pas à la médecine esthétique? C'est le moment de combiner cosmétiques et petits gestes boosteurs d'efficacité: massages, pincements Jacquet, électrostimulation Sken Patch (infos sur www.antiageing-concept.com).

PHOTOS ORÉAL - D.R.